

Key Talking Points – Flu and COVID-19



A quick resource to help answer your questions.

Why getting the flu immunization is important:

- Getting immunized for flu is an essential part of protecting your health and is now more important than ever.
- This year flu and COVID-19 will be circulating at the same time in communities throughout LA County, and both can cause serious illness.
- Every year, flu sickens millions of people in the U.S, causing thousands of hospitalizations and deaths.
- Catching both flu and COVID-19 infections is possible and could result in increased illness, hospitalizations and death.
- Increased illness during flu season could potentially overwhelm the health care system.
- Both COVID-19 and flu can spread easily to other people, and share many of the same symptoms, which can make it more difficult to diagnose.
- Because of the COVID-19 pandemic, reducing the spread of respiratory illnesses, like flu, this fall and winter is more important than ever.
- If fewer people get sick with flu this season, health care will be more available for those who are sick with COVID-19.

Benefits of the flu immunization:

- Flu immunizations can protect you from the flu.
- If you are infected with flu, flu immunizations can shorten the duration of symptoms and decrease the risk of severe illness such as hospitalization, respiratory distress, and death.
- Flu immunizations not only protect you, but they also protect your loved ones and your community.
- Flu immunizations taken during pregnancy can protect your newborn infant for their first 6 months of life against flu.

People at increased risk:

- Pregnant women, children and older adults, persons with long lasting conditions such as diabetes, heart and lung disease, and a weakened immune system are at increased risk of severe complications and illness from flu.
- People of color, including Latinos, African Americans, and Native Hawaiians experience high case, hospitalization and death rates from COVID-19.
- People providing essential services, including healthcare workers, have higher exposure to both flu and COVID-19.
- What can you do if you are at increased risk:
 - Everyone 6 months and older should get immunized, including healthy people.
 - Wear a face covering, keep 6-feet of distance, and wash your hands frequently.

HEALTH IS FOR EVERYONE// To find a low cost or free immunization, contact your doctor or pharmacy, call 2-1-1, or go to [PreventFluLA.com](https://www.preventflu.com)



Key Talking Points – Flu and COVID-19



Where to get immunized:

- Flu immunizations are available for low-cost or free. Visit your health care provider or pharmacy, call 2-1-1, or go to [PreventFluLA.com](https://www.PreventFluLA.com).
- Doctor's offices, including clinics and pharmacies, are taking steps to ensure your visit is as safe as possible from COVID-19 or other diseases.
- Because of COVID-19, to keep yourself and healthcare personnel safe, you will be required to wear a mask and practice social distancing when you get immunized for flu.

Protecting yourself from the flu and COVID-19:

- Both COVID-19 and the flu are transmitted mostly by respiratory droplets, so the same prevention strategies used to reduce the spread of COVID-19, such as wearing a mask or face covering, hand sanitizer, social distancing, staying home when you are sick and staying away from people who are sick, will also help protect you from flu. The best way to protect yourself from flu is to get immunized.
- It is possible to spread COVID-19 and flu to others before experiencing any symptoms.
- People with flu may have a range of symptoms which are identical to symptoms of COVID-19, including fever (not everyone will have), cough, sore throat runny/stuffy nose, muscle body aches, headache, fatigue, vomiting and diarrhea. One symptom of COVID-19 that is not shared with flu is loss of taste or smell. Flu usually has rapid onset of symptoms, COVID-19 usually has a slower onset of symptoms.
- If you are feeling ill, call your health care provider and get tested.

주요 화제 - 독감 및 COVID-19



여러분의 궁금증에 해결에 도움되는 간단한 자료

독감 예방접종이 중요한 이유:

- 독감 예방접종은 본인의 건강 보호에 필수적이고 그 어느 때보다 중요합니다.
- 올해는 독감과 COVID-19가 LA 카운티 전체 지역사회에 동시에 유행하고 있고, 둘 다 심각한 질환을 일으킬 수 있습니다.
- 매년 미국에서는 수백만명의 사람들이 독감에 걸리고, 이중 수천명은 입원, 사망까지 이릅니다.
- 독감과 COVID-19 감염 모두에 걸릴 수 있으며, 중증 질환, 입원 및 사망까지 이를 수 있습니다.
- 독감 시즌의 질병 증가가 의료 서비스 체계를 위협할 수 있습니다.
- COVID-19과 독감 모두 다른 사람에게 쉽게 확산될 수 있으며, 대부분의 증상이 동일하므로 진단이 어려워질 수 있습니다.
- 이번 가을과 겨울은 COVID-19 유행으로 독감과 같은 호흡기 질환의 확산을 줄이는 것이 그 어느 때보다 중요합니다.
- 만약 이번 시즌에 독감에 걸리는 사람들이 줄어들면, COVID-19에 감염 환자에게 더 많은 의료 서비스를 제공할 수 있습니다.

독감 예방접종의 장점:

- 독감 예방접종은 여러분이 독감에 걸리지 않도록 보호합니다.
- 독감 예방접종 후 독감에 걸리면, 증상의 지속시간이 단축되고 입원, 호흡곤란, 사망 등 중증 질환에 걸릴 위험을 줄일 수 있습니다.
- 독감 예방접종은 당신뿐만 아니라 당신의 소중한 사람들, 그리고 지역사회를 보호해줍니다.
- 임신 중에 독감 예방접종을 받으면 신생아를 생후 6개월 동안 독감으로부터 보호할 수 있습니다.

고위험군:

- 임신부, 영유아, 노인, 및 당뇨병, 심장 및 폐질환, 면역력 약화와 같은 만성 질환자들은 독감에 걸리면 중증 합병증으로 발전할 위험이 증가합니다.
- 라틴계 미국인, 아프리카계 미국인 및 하와이 원주민을 포함한 유색 인종은 COVID-19 확진자, 입원 및 사망률이 높습니다.
- 의료 종사자를 포함한 필수 서비스를 제공하는 사람들은 독감과 COVID-19 모두에 더 많이 노출됩니다.
- 고위험군이 할 수 있는 조치:
 - 건강한 사람을 포함해, 생후 6개월부터 전 연령층 모두 독감 예방접종을 받아야 합니다.
 - 안면 가리개 착용, 6피트 거리두기, 자주 손 씻기를 해야 합니다.

주요 화제 - 독감 및 COVID-19



예방접종 장소:

- 무료로 또는 저렴하게 독감 예방접종을 받을 수 있습니다. 담당 의료 서비스 제공자나 약국에 방문, 2-1-1에 전화, 또는 PreventFluLA.com에 방문하십시오.
- 진료소와 약국을 포함한 병원은 여러분이 COVID-19이나 다른 질환으로부터 안전하게 방문할 수 있도록 조치를 취하고 있습니다.
- COVID-19로 본인과 의료진의 안전을 지키기 위해 독감 예방접종을 맞을 때 마스크를 착용하고 사회적 거리두기를 실천해야 합니다.

독감과 COVID-19로부터 본인 보호:

- COVID-19와 독감 모두 대부분 호흡기 비말로 확산되기 때문에 마스크나 안면 가리개 착용, 손 자주 씻기나 손 소독제 사용, 사회적 거리두기, 아프면 집에 머무르기, 아픈 사람들과 밀접 접촉 피하기 등 COVID-19의 확산을 방지하기 위해 사용되는 전략이 독감 예방에도 동일하게 도움될 것입니다. 본인이 독감에 걸리지 않도록 예방하는 최선의 방법은 예방접종입니다.
- COVID-19과 독감에 걸리면, 증상이 발현되기 전에도 다른 사람들에게 바이러스를 전염시킬 가능성이 있습니다.
- 독감에 걸린 사람들은 열(모든 사람이 열이 나지는 않지만), 기침, 인후염, 콧물, 근육통, 두통, 피로, 구토, 설사 등 COVID-19과 유사한 종류의 증상이 나타날 수 있습니다. 독감에는 없는 COVID-19만의 증상에는 미각이나 후각의 상실이 있습니다. 독감에 걸리면 주로 증상 발현이 빠르고, COVID-19에 걸리면 증상 발현이 좀 더 늦습니다.
- 아프면, 담당 의료 서비스 제공자에게 전화해 진단검사를 받으십시오.